Multiprise

www.lyon.cmcas.com

CMCAS DE LYON  | Multiprise n° **226 février 2011**

ACTIVITÉS SPORTIVES
SANTÉ
JOURNÉES DÉCOUVERTES
VOYAGES
VISITES SORTIES LYON
ACTIVITÉS CONVIVIALES
SOLIDARITÉ
ACTIVITÉS CULTURELLES
FACILITER LA VIE DES SENIORS
INFORMATION-FORMATION

DOSSIER DU MOIS

› PROGRAMME SENIORS 2011

Toutes les activités de la commission seniors sont accessibles aux actifs



ANNECY
Tél. : 04 50 27 28 76 / 04 50 27 43 17
2 bis, av. Zanaroli
74600 SEYNOD

CLERMONT-FERRAND
Tél. : 04 73 83 54 23
10, av. du Dr. Besserve
63430 Pont-du-Château

LYON
Tél. : 04 78 60 93 35 / 04 78 60 46 77
96, rue de la Part-Dieu
69003 LYON

RETROUVEZ TOUTES NOS PROMOTIONS SUR CENTRACOME.FR



ÉDITO



Le travail fait par les Professionnels et les Elus de la CMCAS paie !

La CSM-R se met en place depuis le début de l'année et compte de jour en jour un nombre d'adhérents en constante augmentation. **Mi-janvier, 55 % des retraités de notre CMCAS ont déjà franchi le cap.** Les bénévoles de la commission Seniors se mobilisent aussi pour contacter les personnes en difficulté, en allant à leur rencontre, pour leur expliquer l'intérêt de cette nouvelle couverture maladie supplémentaire.

Pour rester dans le domaine de la santé, la loi HPST dite « loi Bachelot » a supprimé l'appellation « Service Public ». Elle ne parle plus que d' « Etablissement de Santé » pour transformer l'hôpital public en entreprise. Pour être rentable, l'hôpital devra sélectionner les pathologies, les patients et diminuer le nombre de personnel. **Je vous invite à signer massivement la pétition électronique que vous trouverez sur la page d'accueil du site internet de la CMCAS de LYON.**

Le Président de la République vient d'annoncer qu'il ne touchera pas aux 35 heures. Il y a de quoi frémir à cette annonce, puisque c'est en gros, ce qu'il racontait au sujet des retraites. Nous devons donc partir du principe qu'à terme, il fera l'inverse. Si j'ai bien tout compris, le gouvernement s'attaque au chômage et notamment celui des jeunes, en reculant l'âge de départ à la retraite et en ayant le fol espoir d'augmenter le temps de travail hebdomadaire des français, qui ont déjà du travail.

Nous entendons tout et son contraire, mais nous n'entendons toujours rien sur un autre partage des richesses où la taxation des transferts financiers.

Par contre, nous entendons bien notre ministre des Affaires Etrangères proposer de former la police tunisienne anti-émeute. Une intervention honteuse, qui jette le discrédit sur la voix de la France, quand nous constatons que le peuple tunisien a réussi sa révolution du Jasmin, sans bain de sang. Tout ce qu'il faut espérer aujourd'hui, c'est qu'il ne remplace pas une dictature policière par une autre tout autant sournoise. **Le pire pour une démocratie, c'est de ne pas séparer l'Etat et la Religion.**

Philippe Rolland

Président de la CMCAS de Lyon



Multiprise / Mensuel de la Caisse Mutuelle Complémentaire et d'Action Sociale EDF-GDF Lyon en actualité / 30, rue Bellecombe 69456 Lyon Cedex 06 / e-mail : cmcas222.lyon@asmeg.org Fax : 04.72.83.31.33 / Directeur de la publication : Philippe Rolland 04.72.83.31.00 / Information / Communication : Alexis Cucumel 04.72.83.31.44 / Publicité / Rédaction : Valérie Lamotte 04.72.83.31.21 / Ont collaboré à ce numéro : Philippe Rolland, Chantal Robin, Roger Vincent, Danièle Rochette, André Rambeau, Christian Pouchoux, Francis Deniel, Gabrielle Carpentier, Eric Magry, Franck Gregot, Lionel Dayet, Michel Meunier, Valérie Lamotte. Impression : Public Imprim 12, rue Pierre Timbaud 69637 Vénissieux Cedex. / Tél. 04.72.50.31.58 Parution mensuelle : n°226 - Février 2011. Ce numéro a été tiré à 8 600 exemplaires.



PERMANENCES CONSEILLER JURIDIQUE

Veuillez noter les permanences suivantes :
le 22 février, les 14 et 28 mars 2011.
Rendez-vous auprès de Chantal Robin,
au 04 72 83 31 40

PERMANENCES SATEC :

(Toutes assurances CCAS, IDCP, CSM)

Permanences tous les vendredis matin du 1er trimestre 2011.
(Rendez-vous au 04 72 83 31 32 ou 31 38)

RAPPEL DES CRITERES D'OBTENTION DES CHEQUE-VACANCES

Si vous avez bénéficié d'un séjour d'au moins 3 nuits dans une institution (en Métropole ou autre), ou bien pour tout séjour ou destination que propose la CCAS (Séjours rouges, verts, bleus, Campeurs libres, Circuits/Séjours, Capitales Européennes, Voyages solidaires, Vacances alternatives, Tourisme responsable, Voyages en toute liberté...) sur l'année N-1, **vous ne pouvez pas prétendre aux chèque-vacances sur l'année en cours.**

CAMIEG-MUTIEG

Pas de démarches particulières, les droits sont prolongés pour les actifs et inactifs. Par contre, il est impératif de faire une mise à jour de la carte Vitale en début d'année.

Nous vous rappelons que les attestations papier ne sont délivrées, qu'aux personnes qui bénéficient d'une exonération du ticket modérateur (des prises en charge à 100% au titre d'une longue maladie notamment). Vous la recevrez courant janvier. N'oubliez pas que le forfait hospitalier, la chambre particulière et le lit accompagnant, ne sont plus pris en charge par la Camieg, depuis le 1er janvier 2011, seule la Mutieg intervient.

Camieg : www.camieg.fr – tél : 0811 709 300

CSM et CSM Retraités : www.mutieg.fr
tél : 01 58 05 10 40
tél : 0800 00 50 45 (numéro vert depuis un téléphone fixe)

LE GUIDE DE LA PROTECTION SOCIALE Édition 2011

Le guide de la protection sociale vous a été transmis avec le CCAS Info de Janvier.



Gardez-le, feuilletez-le. C'est une « mine » de renseignements.
Vous connaîtrez toutes les aides que la CMCAS peut vous apporter, concernant les prestations :

- A la famille et à la personne
- Aux personnes en situation de handicap
- Aux pensionnés.

N'hésitez pas à nous contacter ou nous adresser le questionnaire avec vos interrogations. Nous vous apporterons une réponse le plus rapidement possible.

SPECIFICITES CMCAS Nouveautés 2011

- **CESU :** Vous pouvez aujourd'hui bénéficier du chèque CESU pour une aide à domicile (ménage, repassage...).
- **Aide à l'inscription au permis B :** Elle concerne les ouvrants et ayants droit, de 16 à 26 ans.

(Tous les renseignements et modalités sont à votre disposition sur le site de la CMCAS, rubrique spécificités).

L'IMPORTANCE DU SOMMEIL

Camieg

La réduction du temps de sommeil est un comportement répandu pour de nombreuses raisons dans nos sociétés. En moyenne, nous dormons 1 heure 30 de moins qu'il y a cinquante ans. Cette activité biologique qui occupe le tiers de notre temps est pourtant essentielle : **nous y puisons notre énergie et elle nous permet une bonne santé et une bonne vigilance.**

On sait maintenant que **le manque répété de sommeil peut avoir des conséquences néfastes :** prise de poids, diabète, maladies cardiovasculaires, hypertension artérielle, troubles gastro-intestinaux, infections virales, dépression, mal de tête, baisse de motivation, difficultés d'apprentissage, décrochage scolaire, soucis professionnels, sans oublier la somnolence au volant, première cause d'accident sur autoroute.

Le sommeil mérite la place qui lui revient et il est important de dormir bien et suffisamment pour faire face aux défis de chaque nouvelle journée.

Les Règles D'or Du Bon Dormeur

Apprenez à connaître vos **besoins**. Notez vos horaires de sommeil lors d'une période de vacances par exemple : êtes-vous plutôt du soir ou du matin, gros dormeur ou petit dormeur ? Tentez de respecter votre rythme et d'aménager pour vous-même un espace propice au sommeil.

Maintenez des **horaires** de sommeil les plus **réguliers** possibles, en particulier pour le lever.

Aménagez votre réveil pour être plus en forme : douche, petit déjeuner, lumière, etc.

Soyez attentif aux **signes** du sommeil : bâillement, paupières lourdes, étirements, yeux qui picotent, etc. L'organisme vous indique qu'il est l'heure de se mettre au repos. Ne résistez pas à la fatigue, allez au lit.

Évitez les **excitants** le soir : café, thé, vitamine C, sodas à la caféine, cigarettes, etc.

Évitez les **repas trop copieux** le soir et **l'abus d'alcool** au dîner.

Arrêtez le sport ainsi que toute activité très stimulante une heure avant de vous coucher.

Tisane, lait tiède, lecture, prières, techniques de relaxation, etc., à chacun ses rituels pour se **préparer** à dormir. En répétant ces mêmes gestes, vous vous conditionnez au sommeil et cela permet de raccourcir la durée d'endormissement.

Créez un **environnement** calme et apaisant où il fait bon dormir : pièce aérée chaque jour, si possible bien isolée, calme, température autour de 18-20 °C, bonne literie, etc.

Évitez les **stimulations** auditives, visuelles (luminosité, veilleuses) ou intellectuelles fortes.

Le lit devrait être l'endroit réservé au sommeil et à l'intimité.

Source : Bien Dormir, mieux Vivre… Le sommeil c'est la santé ! Conseils aux adultes. INPES, 2009 : 30 p.

CONFÉRENCES ORGANISÉES PAR LA CMCAS

Inactifs :
Le jeudi 27 février et le jeudi 24 mars 2011
Au Cercle M.Brunot – 110 rue du 4 août – 69100 Villeurbanne

Actifs :
Le jeudi 6 octobre 2011
Salle de conférence – Tour de la Part-Dieu – Lyon 3



COMPOSITION DU CONSEIL D'ADMINISTRATION DE LA C.M.C.A.S DE LYON

(Représentativité Elections CMCAS du 26.06.2009)



De nombreux bénéficiaires nous ont fait savoir qu'ils aimeraient bien mettre une tête sur un nom.
Les administrateurs de la CCAS sont désignés par leurs fédérations syndicales,
Les membres de la session du Comité de Coordination sont élus au 2ème niveau par les administrateurs des CMCAS de France.
Les seuls élus sur listes nominatives et habilités à gérer un budget en proximité sont les administrateurs des CMCAS.
Nous vous proposons, sur cette page, de vous les présenter.

Le Président de la CMCAS de LYON

Philippe ROLLAND

COMPOSITION DU BUREAU – Conseil du 06.01.2011	
Président	Philippe ROLLAND
1er vice-président délégué à la Présidence	Agnès GRANGER
2ème vice-président - en charge du suivi des Associations	Yves DUMAS
3ème vice-président - en charge du suivi de la Trésorerie	Richard NICOLAS
4ème vice-président	Lionel DAYET
5ème vice-président	Gilbert NEBOIS
6ème vice-président	Patrick BRECVILLE
Secrétaire Général	Francis DENIEL
Secrétaire Général Adjoint	Isabelle VILLENA
Trésorier Général	Yves MABILON
Trésorier Général Adjoint	Valérie LAMOTTE

AUTRES ADMINISTRATEURS Conseil 06.01.2011 (par ordre alphabétique)
BOLLOT Nicole
CABALLERO Didier
DELAYE Nicole
DOIRET Thierry
ESCOMEL Marie Hélène
GREFFE Déborah
LEDRAPIER Jean Pierre
LIESER Christiane
PARENT Corinne
PINET Heidi
POUCHOUX Christian
RAMBEAU André
VINCENT Roger

PRÉSIDENTS DE COMMISSIONS	
ACTION SANITAIRE ET SOCIALE ET SANTE PREVENTION	Francis DENIEL
ACTIVITES SENIORS ET DU RESEAU SOLIDAIRE	Roger VINCENT
ACTIVITES JEUNESSE	Isabelle VILLENA
INFO-COMMUNICATION	Valérie LAMOTTE
BUDGET ET PATRIMOINE	Richard NICOLAS
ACTIVITES CULTURELLES ET DE LOISIRS	Patrick BRECVILLE
ACTIVITES SPORTIVES ET DE PLEIN AIR	Lionel DAYET
RESTAURATION MERIDIENNE	Gilbert NEBOIS
ACHATS	Isabelle VILLENA

MEMBRES DU CONSEIL D'ADMINISTRATION



Délégation CFDT (de gauche à droite) : Valérie Lamotte, Richard Nicolas, Marie Hélène Escomel, Philippe Rolland, Agnès Granger, Roger Vincent, Jean Pierre Ledrapier, Nicole Delaye, Isabelle Villena, Thierry Doiret, André Rambeau

Délégation CGT (de gauche à droite) : Christian Pouchoux, Gilbert Nebois, Didier Caballero, Yves Mabilon, Deborah Greffe, Lionel Dayet. (Absents : Yves Dumas, Heidi Pinet)







Délégation CFE-CGC (de gauche à droite) : Christiane Lieser, Francis Deniel, Nicole Bollot. (Absente : Corine Parent)



Délégation FO : Patrick Brecville







Daniel Blanc **(Chef de Service)**, Danièle Rochette **(Assistante des élus)**

A la CMCAS de LYON, l'ensemble des activités et prestations en direction des Seniors est mis en œuvre de manière centralisée.

En effet, c'est la commission Seniors qui programme, impulse et réalise les activités avec l'aide des fonctionnels de la CMCAS et des bénévoles.

Les prestations fournies sont gérées par le Personnel de l'action sanitaire et sociale, en lien à la fois avec la Commission Seniors et son réseau solidaire et la Commission Action Sanitaire et Sociale.

Votre commission Seniors en chiffres

	Ouvrant droit	Ayant droit	
Pensionnés de droit direct	**1 930**	Conjoints Enfants	**1218** **177**
Pensions de réversion	**596**		
Autres*	**71**	* orphelins, pensions cristallisées, conventionnés médecins	

Par tranche d'âge

Moins de 60 ans : **272**	De 60 à 69 ans : **733**
De 70 à 79 ans : **697**	De 80 à 89 ans : **679**
De 90 à 99 ans : **204**	de 100 ans et + : **12**

Le budget

	Primitif	Définitif
2010	72 700 €	97 000 €
2011	**74 700 €**	**99 650 €**

Les activités et prestations

Plus de **2 600 inscriptions** aux différentes activités et prestations.

Les services

Le financement par moitié avec la Commission Action Sanitaire et Sociale de deux jours de présence d'une assistante sociale, dédiée aux seniors.

C'est aussi une spécificité de la CMCAS de LYON

LE FONCTIONNEMENT

Nous souhaitons conserver notre structure centralisée qui correspond bien à la situation géographique de nos bénéficiaires et leur donner satisfaction.

Nous nous opposerons à la demande du Comité de Coordination qui voudrait nous faire disperser les retraités dans les SLV actifs. En effet, ces dernières n'ont ni la possibilité de les accueillir ni la capacité de mettre en œuvre les activités que nous proposons.

Au contraire, pour répondre à une demande ancienne, simple et justifiée, **le Conseil d'Administration de la CMCAS de LYON du 6 Janvier 2011** a pris la décision d'accueillir les retraités qui se retrouvent « transférés » administrativement sur une autre CMCAS limitrophe et qui souhaitent rester ou revenir à la CMCAS de LYON.

Voilà une réponse simple à une question simple et de bon sens. *C'est ça, favoriser en acte la proximité !*

Nous souhaitons que cette prise de position claire soit acceptée par les autres CMCAS.

Pour un aperçu du programme proposé, consultez les deux pages suivantes. *Le programme sera inséré en totalité dans le prochain Multiprise.*




13 février : *loto* (restaurant CCAS Bellecombe)

Nouveauté **17 février :** *½ journée de Bonneterre.* ***Venez partager une partie de cartes, jeux de société à 14 heures au Cercle Marcel Brunot (110 rue du 4 Août à VILLEURBANNE)***

Nouveauté **24 février** à 14 h. *Première conférence sur le sommeil à Bonneterre*

24 février : *Bowling*

15 mars : *sortie raquettes*

15 et 22 mars : *sorties LYON*

24 mars : *2ème conférence sur le sommeil à Bonneterre.*

FÊTE DES MÈRES



Caddy pliant

Brosse à dent électrique

Tensiomètre

Mode d'emploi :

Sont concernés par le cadeau de la Fête des Mères, les femmes retraitées, les conjointes d'agents retraités et les veuves.
Pour bénéficier d'un cadeau ou reverser le montant à une association, il est impératif de renvoyer le coupon après avoir indiqué son choix (il n'y a pas de cadeau de base par défaut).
Les cadeaux seront exposés à la commission Seniors de la CMCAS à partir du lundi 7 février jusqu'au vendredi 18 mars 2011.
Bulletin réponse à retourner avant le vendredi 25 mars 2011 dernier délai à :

CMCAS de Lyon
N. Fayolle
Commission Seniors
30 rue Bellecombe
69456 LYON Cx 06

Attention, les coupons ne seront plus pris en compte après la date du 31 mars 2011.

Distribution du cadeau de la fête des mères

Une **distribution collective** des cadeaux aura lieu le **jeudi 12 mai** à 15 heures au Restaurant d'entreprise CCAS Bellecombe. Pour cette distribution, s'inscrire au préalable à la Commission Seniors. Une animation et le verre de l'amitié sont prévus.
Une **distribution individuelle** se fera dans les locaux de la CMCAS du **23 au 27 mai** de 8 h 15 à 11 h et de 13 à 16 h (mardi à partir de 10 heures).



Corbeille garnie "Saveurs de la terre ou de la mer"



Roman français "La vie est brève et le désir sans fin" (Prix Femina)

DVD "ça balance ! de Laurent GERRA



Carte "Kyrielles"



COUPON RÉPONSE CADEAU FÊTE DES MÈRES Commission Seniors

Nom – Prénom :...

Adresse : .... **N°tél. :** ....

Participera à la remise collective au restaurant CCAS Bellecombe oui ☐ non ☐

Liste des cadeaux : veuillez cocher la case correspondante (attention, un seul choix possible)

Cadeau utile
☐Caddy pliant

Cadeau santé
☐brosse à dent électrique
☐Tensiomètre

Cadeau agrément
☐Corbeille garnie "Saveurs de la terre"
☐Corbeille garnie "Saveurs de la mer"

Cadeau culturel
☐Un roman Français "La vie est brève et le désir sans fin" (Prix Femina)
OU
☐DVD ça balance ! De Laurent GERRA

Cadeau Solidarité
Je choisis de reverser la valeur du cadeau :
☐aux familles qui ont un proche atteint de la maladie d'Alzheimer ou ☐aux familles qui ont un enfant handicapé

Cadeau découverte
☐Précisez l'activité
Participation de 20 € à une activité de la commission Seniors (à désigner)

Cadeau spécial
☐La carte "Kyrielles"



Des activités, pour toutes les aspirations, pour tous les moyens financiers, pour toutes les aptitudes physiques .....

LES VOYAGES



UNE CAPITALE – PARIS



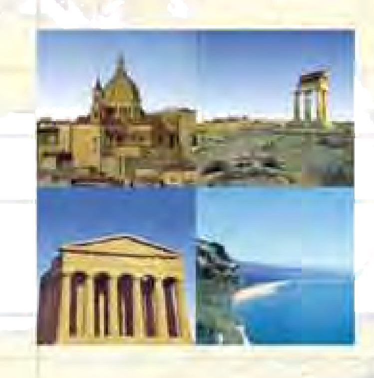


UNE CAPITALE – BERLIN





UN VOYAGE court – LA SICILE



UN VOYAGE long – LE PEROU





Les activités sportives,

associant sports, tourisme, culture

- 2 demi journées « marche dans LYON », un rendez-vous. Pas d'inscription.
- 2 journées de randonnées avec autocar. La côte roannaise, la crête des Gittes
- 1 journée raquettes



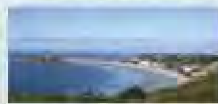


- 2 semaines de randonnées :



LA BRETAGNE (TREBEURDEN)





Le massif du Pelvoux



- 1 semaine d'itinérant : Les glaciers de la Vanoise
- 1 activité ludique : LABYRINTHE dans le maïs





VISITE DU DEPARTEMENT et REGIONS : paysage, culture, gastronomie



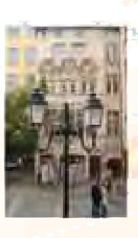
A la découverte de LYON et de ses environs :



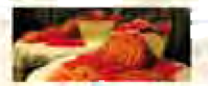
- Quand LYON était florentine



- ST JEAN DE DIEU
- Parc de la Tête d'Or
- Lugdunum









- Le pays de CHARLIEU
- LA BOURGOGNE
- Intergénération : Parc aquatique et parc des oiseaux

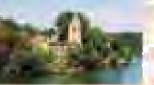












- Croisière sur la Saône



- Pays de Gex



- Fête de l'Oiseau



- Carcassonne





DES ACTIVITÉS CONVIVIALES Faire la fête

- Le loto
- La journée des bénévoles
- La Fête des Mères
- Les journées à Bonneterre
- La journée des Seniors
- Age tendre
- Le vide grenier
- Le Moulin bleu



DES ACTIVITÉS CULTURELLES

- Le théâtre Parts Cœur
- Les opérettes
- Les inscriptions UTA / AEUTA
- Opération cinéma Lumière



L'INFORMATION, TOUT AU LONG DE L'ANNEE

- Une ou deux pages dans Multiprise, tous les mois de parution
- Les deux jours d'informations
- Le courrier spécifique aux seniors



L'INFORMATIQUE

Perfectionnement

Logiciels

Internet

Photos / Vidéos

Journées à thème

Consulter le blog



SANTE



Des actions, des informations spécifiques :

- Sécurité routière
- Stage de secourisme
- Conférence sur le sommeil
- Vaccination anti grippe
- Examen de santé .....

Pratiquer des activités est le meilleur moyen de rester en bonne santé

SOLIDARITE, notre priorité

Venir en aide, à ceux qui en ont en le plus besoin.

30 ambassadeurs d'amitié visitent plus de 80 ouvrants ou ayants droit



Nous pouvons, Nous devons faire plus ......

Devenez ambassadrices, ambassadeurs d'amitié. Nous vous attendons.

ALLO ! Commission Seniors .....

Nicole FAYOLLE au 04.72.83.31.06—Martine BERNARD au 04.72.83.31.50

Ou Roger VINCENT au 04.72.83.31.42

GOLF

Réunion annuelle d'information du 11 décembre 2010

Une saison golfique se termine pour certains avec des balles de couleur sur la neige… pour d'autres en admirant les exploits «sud-africain» des jeunes pros français aux côtés des Goosen, Els et autres Schwartzel….Mais invariablement, la fin d'année permet au bureau de notre section Golf-GSL de présenter le bilan d'une saison riche en évènements divers et variés.
Notre nouveau Président, Serge Blondeau et son équipe «remaniée» ont inauguré une Assemblée Générale «new look» dans la salle polyvalente de Bonneterre où les nombreux participants (environ 90) avaient du mal à se réchauffer dans ce gymnase, qui aurait pu nous accepter encore plus nombreux !…



Golfeurs concentrés !



Passage de témoin : Dominique – Christian

Les résultats sportifs, un peu moins brillants qu'en 2009, montrent néanmoins que parmi nos 260 adhérents, beaucoup ont participé aux 10 rencontres amicales sur nos golfs partenaires, notre équipe de championnat n'a pu accéder à la 1ère division et nos seniors, 3ème du championnat Rhône Alpes ont échoué dans la qualification en finale de la Coupe et du Trophée.
A côté de cela, le week-end Gapençais s'ancre durablement et attire de plus en plus de monde, la découverte de nouveaux golfs continue, cette année le 18 trous de Chanalets dans la Drôme, mais aussi les diverses rencontres féminines, inter-cmcas, match play ou séjour étranger, offrent à chacun des possibilités sportives et conviviales qui complètent agréablement les parties loisirs sur les 13 parcours possibles de nos golfs partenaires.
Du point de vue comptable, nos finances sont saines, comme a pu le noter le représentant du GSL et CMCAS à notre AG, nous encourageant à persévérer dans nos diverses actions de formation adultes, école de golf, cadeau de Noël enfants, aussi bien que dans nos représentations diverses avec le souhait de voir se qualifier au moins deux équipes pour la finale nationale de l'Open CCAS qui aura lieu au Cap d'Agde en octobre prochain.
Pour clore cette matinée studieuse, un lunch varié et copieux, préparé par le restaurant du site, a permis d'évoquer quelques swings, approches et putts ratés en 2010 mais jurons qu'en 2011, il n'en sera point de même !..
A tous, bonne année golfique 2011.

TOURNOI INTER SLV DE SQUASH



Le 25 novembre dernier s'est déroulé l'habituel tournoi inter-SLV de squash, au club du Lugdunum (Lyon 3è).
Comme chaque année, la compétition s'est déroulée par équipes de deux joueurs. Suite aux nombreuses demandes d'inscription, nous avions décidé, contrairement aux années précédentes, de ne pas limiter le nombre d'équipes inscrites.
Et c'est ainsi que 11 équipes se sont confrontées dans une ambiance que la fraiche température extérieure n'a pas refroidi.
Sur les 11 équipes, 2 étaient mixtes (le squash n'est pas un sport aussi violent que certains le pense). Et, parmi les 22 participants, nous avions le plaisir d'accueillir 11 personnes non adhérentes au GSL Squash, soit une forte proportion de futurs adhérents potentiels !
Au total, cinq SLV étaient représentées : SLV 10 venue en nombre (5 équipes), SLV 12 (2 équipes), SLV 37 (2 équipes), SLV 22 et SLV 34.
Après la difficulté de constituer un tableau (avec 11 équipes participantes, ce n'est pas facile !), les rencontres ont démarré vers 19 heures.
Chaque équipe était constituée d'un numéro 1 et d'un numéro 2. Pour chaque rencontre, les 2 joueurs désignés numéro 1 se rencontraient en un jeu de 15 points, et les 2 joueurs désignés numéro 2 faisaient de même. En cas d'égalité de victoire (une pour chaque équipe), le vainqueur était désigné à la différence de points.
Et ainsi, au fil de rencontres acharnées, mais toujours dans un parfait esprit, furent constituées 3 poules de 3 et une poule de 2 pour établir le classement final.
Compte tenu du temps restant disponible, les matchs se sont alors déroulés au meilleur des 20 points.
Se disputèrent la victoire finale : 2 équipes de la SLV 10 et une équipe de la SLV 12.
La poule se conclut par une égalité de victoires, le classement final fut donc établi au nombre de matchs gagnés.
Après un savant calcul, et une amicale tentative d'intimidation de la SLV majoritaire, la SLV 12, composée de Didier BOURGEAUX et Eric MAGRY, victorieuse de 3 matchs, remporta l'inter-SLV, devant la SLV 10, composée de Julien BONNEFON et Jean-Michel BORDENAVE, victorieuse de 2 matchs. La deuxième équipe de la SLV 10, composée de Pascal GERBER et Emmanuel VIEILLETOILE, victorieuse d'un seul match, complète le podium.



Au final, chacun a pu transpirer un bon coup, pendant 3 heures, en disputant 4 rencontres pour la majeure partie des joueurs. Nous n'avons eu à dénombrer aucun blessé, malgré certaines situations limites (frôlements de raquettes ou balles proches des oreilles), inhérentes à la pratique du squash.
Un remerciement à la CMCAS de Lyon, pour sa participation aux frais de la compétition, et pour avoir doté ce tournoi de récompenses que les vainqueurs et finalistes ont appréciées.
Un repas convivial, préparé par le club de squash du Lugdunum, est venu clore cette belle soirée.
Et nous invitons d'ores et déjà les participants, soient à adhérer au GSL Squash, pour profiter tout au long de l'année des activités proposées, avec, entre autres, de nouvelles rencontres de ce type, soit à revenir l'an prochain.

Eric MAGRY, président du GSL SQUASH

PÊCHE

Reprise de la section, sur un nouveau site…

La vocation de la section pêche GSL est d'accéder à un plan d'eau déjà bien géré au niveau sécurité, empoissonnement, environnement, proche de Lyon et à sa notoriété afin que les agents et leurs proches puissent pêcher en toute satisfaction.

Le président, avec l'aide de son bureau dynamique et dévoué ont oeuvré pour un accès à **l'étang des Chaumes**, à Jons, considéré comme un des meilleurs de la région.

Cet étang est géré par **l'association des pêcheurs de Jons.**
C'est donc sur un site d'une quinzaine d'hectares avec 30 ans d'expérience et quelques 250 sociétaires, que les membres de la section pêche du GSL passeront d'excellentes journées, leurs trois cannes en action et de nombreuses prises de fritures, truites, brochets, sandres, perches, tanches, carpes miroirs (communes et amours), esturgeons, black-bass...(voir règlement).

La section pêche finance 70% du montant de la carte annuelle aux Ayants droit et Ouvrants droit de la CMCAS de LYON sur présentation de justificatif (carte Activ).

Hors subvention GSL, la carte annuelle adulte coûte 95€ et 50€ pour les enfants. **Le prix d'inscription revient à 50,50€ pour un adulte et 27€ pour les moins de 15 ans**, dont cotisation GSL : 7€ (assurance incluse), hors caution de la clé donnant l'accès au site : 15€.

Pour tout renseignement, contactez un des membres du bureau de la section :

Mr GREGOT Franck **06 60 75 50 51**
Mr SIMON Bernard **06 77 79 67 35**
Mr TOUILLON Dominique **06 15 98 04 90**
Mr DICIOCCIO Nicolas **06 20 67 54 40**



JARDINS OUVRIERS

Bienvenus chez les cht'i jardiniers

Avec le printemps, va revenir le plaisir de jardiner dans un univers de détente et de bien être, de senteurs et de couleurs. Les jardins ouvriers vous attendent, jardinier confirmé ou débutant, venez planter, semer, récolter mais surtout partager votre bonne humeur ainsi que votre savoir faire.
Cette année, des jardins d'essais seront mis en place sur le site de la «MOUCHE»

Contact CMCAS :
Sylvie Lancelot au 04 72 83 31 56 ou courriel : sylvie.lancelot@asmeg.org
Contact jardin de la mouche :
Serge MATH (président) 04 78 71 57 80
Contact jardin de la rize :
Mme Fourets (présidente)
r.galimard@laposte.net





8 MARS, JOURNÉE INTERNATIONALE DE LA FEMME

Après le vote de la proposition de loi sur la présence des femmes en Conseil d'Administration dans des instances gérées par les «costume-cravate», le Parlement vient d'adopter définitivement cette obligation de parité hommes-femmes pour les grandes entreprises. Pas de raison en effet qu'à compétences égales, elles subissent discriminations, inégalités de salaires ou qu'elles soient freinées dans leur carrière. Respecter un quota de 40% de femmes au 1er janvier 2017 dans ce bastion masculin, ne sera néanmoins pas chose facile, mais l'évolution est en marche, à petits pas…
Que ce soit dans notre pays ou dans le monde, le combat des femmes n'est pas terminé !

Valérie Lamotte (Présidente Info-Com)

La CMCAS de Lyon vous invite à une avant-première au Cinéma Comoedia, précédée d'un cocktail, pour fêter cette journée…

WE WANT SEX EQUALITY

Au printemps 68 en Angleterre, une ouvrière découvre que, dans son usine, les hommes sont mieux payés que les femmes. En se battant pour elle et ses copines, elle va tout simplement changer le monde...



Les femmes, les femmes, toujours les femmes!

Pour la seconde fois, Nigel Cole signe un film féministe. Dans Calendar Girls, sorti en 2003, il avait mis en scène des femmes d'âge mûr du Yorkshire qui, lassées de passer leurs journées à faire des gâteaux en faveur des leucémiques, décidaient de poser nues pour récolter des fonds. Drôle d'œuvre de charité ! Les femmes de **We want sex** ont elles aussi un franc-parler, une allure affirmée et un caractère bien trempé.

Conte véridique

Le film conte l'histoire véridique d'un soulèvement de 183 ouvrières des usines Ford survenu à Dagenham dans la banlieue Est de Londres. Un jour de 1968, ces femmes décident de braver leurs patrons américains en annonçant trois semaines de grève. Elles demandent une mise à égalité des salaires entre hommes et femmes.

We want sex, racoleur?

Le titre original du film apparaît bien plus sage comparé au titre français. A l'origine le film s'intitule **Made in Dagenham** éludant la dimension sexiste du film. Évidemment le titre français n'est pas à prendre au pied de la lettre. Il fait référence aux banderoles qu'arboraient les ouvrières au moment des manifestations. En réalité le message a été tronqué puisqu'au départ les femmes y avaient écrit "We want sex equality". Cependant, au fur et à mesure des événements, elles ont abandonné le mot égalité par provocation en brandissant fièrement les panneaux "We want sex".

Le mot d'une Cinéphile

Projeté au festival Univerciné britannique 2010 de Nantes. Premier constat, on serait tenté de dire que le titre à lui seul se doit de remplir une salle. Dès les premiers plans, on s'aperçoit que la cause, tout l'acharnement qu'il a fallu à ces femmes, fait qu'on va bien noter ce "drame comique" (!). A retenir Rita (toujours charmante Sally Hawkins, aussi happy que dans "Be happy", ici représentante du personnel en 1968, période de l'émancipation féminine par excellence. Elle désarçonne par sa fragilité : une contenance dont elle fait une arme. Quelques bons moments de cocasserie, la gent masculine s'adapte... Beaucoup de remises en cause et de pugilat en haut lieu ! Egalité professionnelle effective des hommes et femmes britanniques nous dit ce film : sauf erreur, les Françaises seraient toujours payées 25 à 30 % de moins que les hommes en moyenne pour les mêmes fonctions. En sortant de cette œuvre britannique reprenant l'époque soixante-huitarde, on se demande : des deux côtés de la Manche, compte-tenu des temps partiels, des petits contrats temporaires bout à bout, du chômage de masse, le salaire féminin au travail aujourd'hui en 2010 est de quel ordre ?... (Lventiloque-AlloCiné é 29/12/2010)

Un succès auprès de la critique

Le film a remporté trois prix au festival de Dinard: le Hitchcock d'Or, le prix du meilleur scénario ainsi que le prix du public.

We Want Sex Equality (durée 1h53 en VO, sortie nationale le 9 mars) Un film Nigel Cole, avec Rosamund Pike, Miranda Richardson, Bob Hoskins…
le mardi 8 mars à 20h00. Cocktail à partir de 19h00. Au cinéma Comoedia 13, avenue Berthelot à Lyon 7ème
Invitations à réserver à la Cmcas : 04 72 83 31 10

› SPECTACLES SUBVENTIONNÉS RÉSERVATION À LA CMCAS AU 04 72 83 31 10

THEATRE
ALICE POUR LE MOMENT
Road movie … de 9 à 99 ans !



Cette pièce "road movie" contemporaine raconte l'histoire d'une adolescente déracinée, Alice, qui doit apprendre à ne jamais s'attacher, puisqu'elle ne cesse de déménager au gré des pérégrinations de son père qui cherche constamment un travail ailleurs. Anne Courel, de la Cie Ariane met en scène Alice, adolescente confrontée à l'exil, à des déménagements nombreux et qui n'a pas le temps de s'attacher ! Elle va grandir au fur et à mesure de la pièce, sous nos yeux amusés et émus.

A l'Atrium
35, avenue du 8 mai 1945 à Tassin la Demi Lune
Le 15 mars à 19h30
TARIFS **Adultes CMCAS 8€, CE 13€**
-18 ans CMCAS 3€, CE 8€

THEATRE
LE SOUS-LOCATAIRE
Machine à plaisir



Depuis deux ans, Boruta vit dans le placard d'Elfie et Paddy. Il est leur amant. Au début, leur relation fonctionne à merveille, chacun y trouve son compte. Mais petit à petit, la relation conjugale d'Elfie et de Paddy finit par reposer entièrement sur les épaules de l'amant qui ne devient plus qu'une machine à plaisir. Pendant que le couple est parti en vacances, Boruta a invité des gens (en l'occurrence vous) à venir saccager la chambre avec lui avant qu'il ne parte. Cependant, plus il raconte son histoire, moins il a le désir de s'en aller. Le sous-locataire est une commande d'écriture à Marie Dilasser et de mise en scène à Michel Raskine.

Au Théâtre du Point du Jour
7, rue des Aqueducs à Lyon 5ème
En février le 25 à 21h, le 26 à 18h et 22h, le 27 à 12h et 20h.
TARIFS **CMCAS 10€, CE 15€**

THEATRE
LA COMEDIE DES ERREURS
L'habileté de Shakespeare



Cette comédie shakespearienne repose sur la séparation accidentelle des membres d'une famille, dont les deux frères jumeaux et leurs deux domestiques, eux aussi parfaitement identiques, s'imposent comme les protagonistes d'une intrigue savamment ficelée. Parvenu à l'âge adulte, l'un des deux frères décide de partir à la recherche de l'autre et débarque, sans le savoir, dans la ville où vit celui-ci. Derrière la simple bouffonnerie de la farce, Shakespeare rassemble avec habileté le fabuleux et le réaliste, le comique et le romanesque, le désespoir et la joie comme autant d'aspects contradictoires d'une même situation.

Au Théâtre de la Croix-Rousse
Place Joannès Ambre à Lyon 4ème
En mars 17 au 19 à 20h00 et le 20 à 15h00
TARIFS **Adultes CMCAS 15€, CE 20€**
-de 26 ans CMCAS 8€, CE 13€

CONCERT
REQUIEM POUR LA SERENISSIME
Contrastes des couleurs orchestrales



Antonio Lotti effectue toute sa carrière à Venise. Compositeur prolifique d'opéras, il se consacre peu à peu exclusivement à la composition d'œuvres sacrées, notamment pour la basilique Saint-Marc où il occupe le poste de Maître de musique. C'est pour ce site d'exception que Lotti compose sa Messa di Requiem. Lotti emploie tous les moyens hérités de la grande tradition vénitienne : alternance du plein chant et de la polyphonie, contrastes des couleurs orchestrales, dialogue des petits et grands chœurs. Entre rigueur et passion, s'inscrivent les différents mouvements de cette grande fête, dans laquelle l'alliance du chœur et des cuivres anciens nous transporte le temps d'un Requiem, sous les voûtes du cœur spirituel de la Sérénissime.

A l'Abbaye d'Ainay
11, rue Bourgelat à Lyon 2ème
En mars les 20 à 17h00 et le 22 à 20h30
TARIFS **CMCAS 13€, CE 18€**

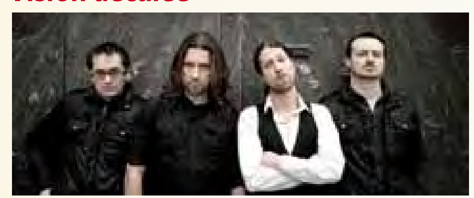
DANSE
DARKS MATTERS
Une violente envie



La matière sombre - darks matters - est "la terra incognita" d'aujourd'hui. Composant 96 % de la partie visible de l'univers, elle reste un mystère que la chorégraphe Crystal Pite a choisi de placer au centre de sa dernière création. Cette chorégraphe et interprète prestigieuse établie à Vancouver, a créé des pièces pour le Ballet Cullberg, le Nederlands Dans Theater, le Ballett Frankfurt et le Ballet National du Canada. Toute son oeuvre est fortement marquée par son intérêt et sa fascination pour les forces invisibles à l'œuvre dans son travail sur l'esprit et le corps. Six danseurs extraordinaires, la partition musicale d'Owen Belton et plusieurs marionnettistes produisent un portrait obsédant de l'inconnu, une pièce qui suscite une violente envie d'en découvrir la nature.

Au Toboggan
14 avenue Jean Macé à Décines
Le 15 mars à 20h30
TARIFS **CMCAS 9€, CE 14€**

CHANSON
LES FATALS PICARDS
Vision décalée



Le 12 mai 2007, en regardant la 52ème édition de l'Eurovision, la France entière apprenait deux nouveaux mots très faciles à replacer dans un diner en ville : Antépénultième et Fatals Picards… et les Pamplemousses Mécaniques de se vendre comme des petits pains…Le 2 mars 2009 les Fatals Picards décident de basculer du côté obscur de la farce en offrant avec leur nouvel album « Le sens de la gravité » une vision toujours décalée de notre époque où humour noir et engagement demeurent intimement liés.

Au Transbordeur
1 - 3 Bld de Stalingrad à VILLEURBANNE
Le 24 mars à 20h30
TARIFS **CMCAS 17€, CE 27€**

CHANSON
VERONIQUE SANSON
D'une vitalité inouïe



Véronique est en forme, et, c'est donc chez elle qu'elle a mis en chantier son quatorzième album studio, en prenant le temps, dans la douceur de sa maison des bords de Seine, et dans l'harmonie de complicités. D'une vitalité inouïe, c'est le disque espiègle d'une gamine de 61 ans, où Véronique s'amuse comme elle ne l'avait pas fait depuis longtemps, tout en tutoyant la mort et pourfendant, les empêcheurs de vivre en paix.

A La Bourse du Travail
Place Guichard à Lyon 3ème
Le 1er avril à 20h30
TARIFS **CMCAS 25€, CE 40€**

GOSPEL
TRUPRAISE
Dynamique souffle de vie



Venus directement de New York, Trupraise est un ensemble qui nous livre un Gospel actuel, contemporain. Ce groupe de Brooklyn marque la réunion d'un ensemble multiculturel ouvert sur le monde. Le répertoire est un mix de gospel urbain, contemporain, et aussi traditionnel revisité par un groove nouvelle génération. Le gospel reste une musique résolument vivante qui mélange à souhait les influences musicales. TruPraise s'est produit sur les plus belles scènes new yorkaises dont le Carnegie Hall, Alice Tully Hall, Dance théâtre of Harlem… Laissez-vous porter par ce dynamique souffle de vie et de rythme !

A l'Eglise Notre Dame du Rosaire à Saint-Fons
Le 18 mars à 20h30.
TARIFS **Adultes CMCAS 5€, CE 10€**

NOUVEAU
jusqu'à
-20 %(1)
sur chaque forfait mobile de votre famille(2)

UNE BANQUE QUI FAIT BAISSER LE BUDGET TÉLÉPHONIE MOBILE DE TOUTE LA FAMILLE, ÇA CHANGE TOUT.



Crédit Mutuel Mobile est un service de l'opérateur NRJ Mobile proposé par le Crédit Mutuel. NRJ Mobile – SAS 421 713 892 – RCS Paris 12, rue Gaillon – 75107 Paris Cedex 02. AVANTAGE SOUMIS A CONDITIONS. (1) Montant de réduction maximum valable à partir de 6 lignes. Hors options et consommations hors et au-delà du forfait. (2) Réservé aux clients avec engagement 12 ou 24 mois, à jour de leurs obligations, notamment de paiement envers NRJ Mobile. La souscription de l'Avantage Famille implique un réengagement de 24 mois. Voir conditions de rattachement auprès de votre conseiller bancaire habituel.